

## POLA KOMUNIKASI INTERPERSONAL PADA GENERASI Z DALAM MEMBENTUK KONSEP DIRI YANG POSITIF

**Prihatin Saraswati**

Prodi Tata Rias, Kesejahteraan Sosial AKK Yogyakarta

E-mail: Psaraswati18@gmail .com

### ABSTRAK

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pola komunikasi interpersonal generasi Z dalam membentuk konsep diri yang positif. Jenis penelitian kualitatif deskriptif. Sedangkan penentuan siubyeknya menggunakan sampel sebaga informan sebanyak 3 orang mahasiswa. Teknik penarikan sampel dengan menggunakan *purposive sampling*. Teknik pengumpulan data dengan cara pengamatan, wawancara mendalam dan dokumentasi. Metode analisa data menggunakan metode deskriptif yang akan menguraikan, menggambarkan dan menerangkan pola komunikasi interpersonal generasi Z dalam membentuk diri yang positif. Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan diperoleh bahwa pola komunikasi interpersonal langsung tatap muka sangat diperlukan untuk mengembangkan diri berdasarkan kondisi orang lain yang baik sebagai figur yang dapat memberikan perbandingan diri sehingga akan menjadi konsep diri positif. Interaksi manusia dipengaruhi oleh faktor imitasi atau meniru, faktor sugesti atau menerima pendapat orang lain, faktor simpati yaitu peduli kepada orang lain serta faktor empati yaitu ikut merasakan kondisi orang lain.

**Kata Kunci:** pola komunikasi interpersonal, generasi z, konsep diri

### ABSTRACT

*The purpose of this study is to find out the interpersonal communication patterns of Generation Z in forming a positive self-concept—types of descriptive qualitative research. Meanwhile, the subset was determined using a sample of 3 informants as students. The sample drawing technique uses purposive sampling—data collection techniques using observation, in-depth interviews and documentation. The data analysis method uses a descriptive method that will describe, describe and explain the interpersonal communication patterns of Generation Z in forming a positive self. Based on the results of the research and discussion, it was obtained that the pattern of direct face-to-face interpersonal communication is very necessary to develop oneself based on the condition of other people, who are good as figures who can provide self-comparisons so that it will become a positive self-concept. Human interaction is influenced by the factor of imitation or imitation, the factor of suggestion or acceptance of other people's opinions, the sympathy factor, which is caring for others, and the empathy factor, which is to feel the condition of others.*

**Keywords:** *Interpersonal Communication Patterns, Generation Z, Self-Concept*

### PENDAHULUAN

Komunikasi interpersonal merupakan hal yang sangat penting dalam kehidupan sehari-hari karena dengan komunikasi interpersonal seseorang akan berinteraksi dengan sesamanya. Komunikasi interpersonal merupakan komunikasi dengan orang lain baik secara verbal atau dengan kata-kata lisan maupun non lisan

baik langsung *face to face* maupun menggunakan alat komunikasi nir massa.

Komunikasi interpersonal bertujuan untuk menyampaikan pesan, mengubah sikap, memberikan pendapat dan mengubah perilaku seseorang. Komunikasi dapat terjadi dengan berbagai bentuk yaitu komunikasi langsung, komunikasi tidak langsung, komunikasi verbal dan komunikasi non-verbal. Komunikasi secara

langsung dalam bentuk verbal merupakan salah satu jenis komunikasi yang paling efektif dalam memberikan *feedback* yang dilakukan oleh komunikan (Lubis, 2020).

Generasi Z merupakan generasi yang telah mengenal teknologi dan internet sejak dini, lebih maju lebih terbuka dan tidak peduli dengan norma (Stillman, 2017). Sedangkan Noordiono (2016) mengatakan bahwa generasi Z adalah generasi yang haus akan teknologi khususnya media digital sehingga apabila ada sesuatu yang baru segera ingin menemukannya agar mendapat manfaatnya. Generasi ini disebut dengan generasi digital yang tergantung dengan sesuatu yang berbau teknologi.

Menurut Rini dan Sukarni (2016), generasi Z merupakan generasi yang tidak menghargai proses semuanya serba instan. Generasi ini mempunyai intuisi yang kuat terhadap teknologi terutama pada internet walaupun tanpa panduan bisa mengoperasikan atau disebut *always connected* merupakan logo pada generasi ini yang harus dimanapun dan kapan pun harus terhubung dengan internet. Sehingga generasi ini adalah generasi yang minim berinteraksi sosial langsung sehingga menjadi generasi yang cepat mengadopsi hal-hal yang ada pada dunia maya yang kadang tanpa pikir panjang sehingga banyak kasus menimbulkan hal-hal yang tidak diinginkan seperti maraknya kasus kekerasan dsb.

Saat ini banyak kasus pada generasi Z yang menunjukkan adanya gangguan kepribadian dengan banyaknya kasus emosional di tempat umum, kekerasan, control diri yang lemah dan sebagainya yang cenderung mengarah pada masalah kesehatan mental menjadi salah satu isu utama pada Generasi Z. Sebagai contoh survei IDN Research Institute yang melibatkan 51% responden. Dalam penelitian tersebut menyoroti fakta bahwa kesehatan mental masih merajalela. Padahal mental yang sehat sangat mempengaruhi konsep diri yang positif artinya seseorang dapat memiliki persepsi

keseluruhan tentang dirinya (Djaali, 2010). Konsep diri merupakan gambaran seseorang tentang bagaimana individu tentang pengalamannya, sikap, dan keyakinan yang meliputi aspek fisik, emosional, sosial, dan intelektual.

Konsep diri dapat terbentuk dengan baik apabila seseorang mendapat pengalaman dari orang lain dan lingkungannya terutama melalui komunikasi interpersonal karena akan terjadi saling bertukar informasi, pendapatnya, pengalamannya sehingga dapat digunakan sebagai *frame of reference* dan *field of experience* dalam kehidupannya.

Generasi Z dengan ciri-ciri generasi yang berkiblat pada teknologi informasi terutama gadget maka komunikasi interpersonal langsung *face to face* menjadi berkurang dengan istilah dekat tetapi jauh dan jauh tetapi dekat. Dari hal inilah penulis tertarik untuk melihat lebih dekat tentang pola komunikasi interpersonal generasi Z dalam membentuk konsep diri yang positif.

## METODE PENELITIAN

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan jenis penelitian kualitatif deskriptif. Peneliti mencoba untuk menggambarkan, menafsirkan suatu fenomena yang terjadi. Menurut Bogdan dan Taylor sebagaimana yang dikutip oleh Moleong, penelitian kualitatif adalah penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa kata-kata tertulis atau lisan dari orang-orang atau perilaku yang diamati (Moleong, 1993).

Dalam penelitian ini penulis menggunakan penentuan subyek dengan *purposive sampling* mengambil sampel 3 orang mahasiswa dengan kisaran umur 19 sp 20 tahun. Jenis dan sumber data dalam penelitian ini yakni: data primer diperoleh secara langsung dari informan melalui wawancara, observasi dan lainnya. Data primer dikumpulkan untuk menjawab pertanyaan peneliti, baik itu berupa opini,,

ujian dan sebagainya sedangkan data sekund: cara berpendapat dan berinteraksi serta pandangannya dalam menyelesaikan masalah

Dalam penelitian ini menggunakan teknik pengumpulan data berupa: pengamatan (*observation*) secara sistematis terhadap gejala fenomena yang diselidiki. Data didapat melalui pengamatan yang di kampus, perilaku, tindakan dan sikap terhadap informan, serta keseluruhan kegiatan interaksi interpersonal. Selain melakukan pengamatan, peneliti juga melakukan teknik wawancara secara mendalam (*depth interview*) kepada informan terkait tentang strategi komunikasi interpersonal pengalaman, pendapat, perasaan dan pengetahuannya terhadap konsep dirinya.

Teknik wawancara dilakukan untuk memperoleh Gambaran yang objektif tentang strategi komunikasi interpersonal dalam membentuk konsep diri yang positif. Dokumentasi adalah pengumpulan, pengolahan dan penyimpanan informasi dibidang pengetahuan, penyimpanan data (Levianus dan Farlin, 2008).

Data diperoleh dari penelaahan terhadap dokumen tertulis dari hasil wawancara berupa cuplikan, kutipan atau penggalan dari catatan-catatan .

Metode analisa data dalam penelitian ini yang dipergunakan adalah metode deskriptif yang akan menguraikan, menggambarkan, dan menerangkan pola komunikasi interpersonal informaan yang merupakan generasi z dalam membentuk konsep diri yang positif dengan analisa kualitatif.

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dalam komunikasi interpersonal, generasi Z menggunakan berbagai cara, salah satunya adalah melalui komunikasi interpersonal dengan bertatap muka dengan komunikasi hanya pada saat tertentu saat bertemu tetapi generasi Z cenderung lebih terbuka dalam berbicara tentang masalah

pribadi mereka, baik itu di platform media sosial, kelompok teman, atau bahkan secara Langsung dengan keluarga. Keterbukaan ini merupakan hal yang harus di telaah lebih lanjut karena seputar topik masalah mereka misalnya masalah percintaan, masalah keluarga dan sebagainya sehingga apabila tidak memilih komunikasi yang tepat dan memilah masalahnya akan menjadi hal akan merugikan dirinya karena dapat disalahgunakan komunikasi yang mempunyai tujuan tertentu.

Hal tersebut disampaikan oleh informan 1, 2, dan 3 yang hampr senada mengatakan bahwa “*saya biasanya menceritakan permasalahan yang saya rasakan dengan orang yang saya anggap cocok baik saya sampaikan secara langsung maupun melalui chat atau telpon atau video call tetapi jarang saya menceritakan secara langsung bertatap muka dengan alasan lebih leluasa tidak sungkan karena tidak bertemu langsung*”.

Dari penjelasan informan tersebut maka dapat dilihat bahwa pola komunikasi interpersonal generasi z cenderung tidak langsung tatap muka. *Feedback* atau umpan balik yang didapat hanya melalui pendapat komunikasi melalui suara dari telpon, tulisan dari chat, dan audio visual dari vidio call. Oleh karena itu, informan tidak dapat melihat komunikasi non-verbalnya yang berupa mimik muka, *body language* yang dapat menggambarkan pendapat sesungguhnya sehingga hal ini rawan akan ketidak-ihklasan dan kesungguh-sungguhan dari komunikasi.

Melihat hal tersebut diatas, sesungguhnya generasi Z membutuhkan komunikasi non-verbal berupa sentuhan kasih sayang, ketenangan, pelukan dan memberikan dukungan kepada individu yang mempunyai masalah sehingga dalam dirinya akan merasa ketenangan karena ada tempat untuk berlindung dan menyelesaikan masalah. Komunikasi non-verbal maka permasalahan yang mungkin menjurus pada kondisi kesehatan mental akan teratasi karena baik teman dan

keluarga menyediakan dukungan moral dan emosional. Dukungan tersebut hanya dapat didapat apabila menggunakan pola komunikasi interpersonal langsung bertatap muka karena melibatkan komunikasi non-verbal.

Menurut (Manurung, dkk, 2021), melakukan komunikasi interpersonal yang positif bagi Generasi Z dapat menghasilkan kesenangan, melatih keterampilan dalam memilih bahasa ketika berkomunikasi dan juga membentuk konsep diri yang positif. Salah satu cara yang membantu Generasi Z dalam menyadari pentingnya komunikasi interpersonal yang baik dengan sering melakukan komunikasi *face to face* yaitu dengan lingkungan yang baik karena Generasi Z akan merasa aman dan nyaman dalam melakukan komunikasi. Penerapan dari lingkungan yang baik dalam melakukan komunikasi interpersonal yaitu dengan cara memberikan sikap positif dan *feedback* positif antara komunikator dan komunikan.

Menurut (Budiarti&Prasetyawati, 2019), komunikasi yang positif juga dapat membentuk konsep diri yang positif pada Generasi Z. Dengan komunikasi yang positif membantu Generasi Z dalam membangun kepercayaan diri, memahami konsep diri dan mempermudah dalam melakukan komunikasi dengan sesama Generasi Z.

Selanjutnya hasil wawancara dengan tiga informan. Informan 1, 2, dan 3 yaitu Generasi Z mengenai Peran Kesadaran Generasi Z Terhadap Pentingnya Komunikasi interpersonal langsung Yang Positif. Hasil wawancara dengan informan 1 tentang komunikasi interpersonal hanya dengan orang-orang itu saja sehingga temannya sedikit kurang bisa bermasyarakat. Kehidupannya hanya rutinitas kurang, bersosialisasi dengan orang lain. Hal ini dapat dilihat dari pernyataannya yang mengatakan "*saya jarang berkegiatan diluar pertemanan atau persaudaraan saya sendiri karena saya tidak nyaman dengan orang yang belum*

*saya kenal dengan baik ada rasa takut, malu dan sungkan sehingga kegiatan saya hanya rutinitas saja dan teman saya hanya itu saja karena yang saya anggap baik dan hubungan sudah dekat*".

Dari pendapat tersebut diatas maka faktor personal yakni karakteristik orang dalam hubungan dengan orang lain menyebabkan keterbatasan dalam menjalin pertemanan dan berinteraksi dengan orang yang belum memiliki hubungan dekat sehingga membuat informan 1 tidak nyaman dan ada rasa ketakutan tersendiri.

Hasil wawancara dengan informan 2 yang menganggap bahwa interaksi bersifat positif. Bisa dilihat dari latar belakang informan 2 yang merupakan Pengurus Senat Mahasiswa (SEMA) yang memiliki pengalaman (faktor personal) bertemu dengan banyak orang diluar kelompoknya sehingga membuat terbiasa dalam berinteraksi dengan orang lain.

Selain itu informan 2 menganggap bahwa komunikasi interpersonal dalam berinteraksi dengan orang lain bersifat positif bagi dirinya karena dengan melakukan komunikasi interpersonal langsung dengan tatap muka mendapatkan pengalaman tentang hal-hal baru. Sesuai dengan pernyataan dari informan 2 "*saya selain kuliah juga berkegiatan lain di lingkungan tempat tinggal saya karena saya aktif kegiatan pemuda mesjid dan saya kadang juga mengajar ngaji anak-anak, selain itu saya juga sebagai pengurus Senat sehingga saya harus berkomunikasi dengan banyak pihak, sehingga saya mempunyai banyak teman. saya merasa nyaman untuk berinteraksi dengan orang lain*".

Dari hal diatas maka pola komunikasi interpersonal yang dilakukan lebih banyak *face to face* maka dalam dirinya akan terbentuk konsep diri yang lebih positif. Informan dapat membandingkan dengan konsep diri orang lain sehingga secara tidak langsung akan membangun hal lebih baik dan dapat mengurangi yang dianggap kurang baik pada dirinya.

Hasil wawancara dengan informan yang ke 3 mengenai peran komunikasi interpersonal langsung tatap muka dilakukan tergantung pada lingkungan yang dihadapi karena ketika informan merasa tidak percaya diri maka akan menjauh dari lingkungan tersebut begitu juga sebaliknya. Ketika informan merasa percaya diri, akan bisa lebih mengekspresikan dirinya pada lingkungan tersebut serta dapat lebih terbuka. Hal ini sesuai dengan pernyataan bahwa “*saya akan berkomunikasi langsung tatap muka apabila saya merasa lingkungan mendukung saya karena saya merasa lebih nyaman dan lebih percaya diri saat lingkungan yang saya hadapi saya anggap aman dann nyaman*”.

Dari hal diatas dapat terlihat bahwa kepercayaan diri berpengaruh untuk membuka diri pada orang lain untuk berkomunikasi. Apabila konsep diri sesuai dengan yang diinginkan maka akan bisa lebih terbuka untuk menerima pengalaman dan gagasan baru dari orang lain. Informan 3 pun menegaskan bahwa kepercayaan diri adalah tolak ukur untuk ia membuka diri pada orang lain.

Menurut (Arouf&Aisyah,2020) mengatakan pada komunikasi interpersonal keterbukaan diri juga memiliki pengaruh. Dalam Johari Window terdapat empat jendela, jika dikaitkan dengan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada dua narasumber dapat diketahui bahwa setiap orang memiliki aspek yang dimana dapat membuka dirinya kepada orang lain atau *open area*. kemudian juga terdapat area yang orang lain dapat memahami sifat, perasaan, pikiran, dan motivasi seseorang, tetapi orang tersebut tidak dapat memahami dirinya sendiri, area tersebut biasa disebut sebagai *blind area*. Selanjutnya, terdapat area yang diri kita ketahui tetapi orang lain tidak diketahui, area tersebut adalah *hidden area*. Terakhir aspek yang tidak diketahui oleh narasumber dan juga orang lain, disebut sebagai *unknown area*.

Informan 2 juga mengatakan “*kepercayaan diri mempengaruhinya*

*untuk membuka diri pada orang lain ketika ia berinteraksi*”. Maka dengan itu informan 2 memiliki keterbukaan diri yang cukup baik karena dalam komunikasi interpersonal juga dipengaruhi oleh keterbukaan diri. Sedangkan, pada informan 1 yang kurang terbuka terhadap dirinya ketika berkomunikasi dengan orang yang belum memiliki hubungan dekat dengannya dan dengan lingkungan yang membuat dirinya kurang nyaman.

Dari hasil wawancara dengan ketiga informan maka peran komunikasi interpersonal sangat penting dalam membentuk konsep diri yang positif, karena dengan berhubungan dengan orang lain kita dapat melihat potensi diri maupun kekurangan diri apabila dikaitkan dengan orang lain.

Komunikasi interpersonal dengan cara langsung atau tatap muka maupun yang dilakukan dengan melalui media telepon. Komunikasi interpersonal memiliki ciri khas yaitu bersifat dua arah atau saling memberikan *feedback*. Pada komunikasi interpersonal terdapat beberapa tujuan menurut (Joseph A. Devito dalam Putri, 2021) yakni: a) proses menemukan diri atau *personal discovery*. Dengan komunikasi interpersonal Generasi Z dapat memahami diri sendiri lebih baik; b) komunikasi interpersonal yang dilakukan oleh Generasi Z memiliki tujuan untuk menciptakan suatu hubungan dengan orang lain dan memelihara hubungan dengan orang lain; dan c) pada komunikasi interpersonal yang dilakukan Generasi Z sehari-hari dapat mengubah sikap dan perilaku orang lain.

Dalam komunikasi interpersonal pesan yang disampaikan harus dilakukan dengan efektif agar tujuan dari pesan tersebut dapat tersampaikan dengan baik. Kemudian, terdapat beberapa komponen penting dalam komunikasi interpersonal yaitu komunikator, proses *encoding*, pesan atau informasi, media yang digunakan, komunikan, proses *decoding* dan memberikan *feedback* terhadap pesan yang

disampaikan oleh komunikator. Komponen pada komunikasi interpersonal saling berkaitan satu sama lain dan dalam menyampaikan pesan harus menyesuaikan dengan kondisi dan tujuan dari pesan itu sendiri.

Menurut (Juli&Sulistyowati, 2023) bahwa konsep diri yang positif memiliki peran penting dalam sistem komunikasi interpersonal Generasi Z karena komunikasi merupakan sebuah proses interaktif antara komunikator dan komunikan atau pihak yang saling berbagi pesan. Faktor pendukung terjadinya komunikasi yang efektif agar dapat menciptakan kondisi hubungan yang baik bagi generasi Z yaitu lingkungan yang kondusif. Menjaga konsep diri yang positif adalah suatu kebutuhan yang penting karena setiap individu memiliki kepribadian yang unik dan tidak dapat dibandingkan satu dengan yang lain.

Komunikasi interpersonal membawa berbagai manfaat Generasi Z yaitu termasuk mendukung perkembangan intelektual dan sosial, mendukung proses identifikasi identitas diri, memperluas pemahaman tentang lingkungan sekitar, serta membentuk kesehatan mental yang positif bagi Generasi Z.

Hasil wawancara dengan 3 informan. mengenai peran komunikasi interpersonal dan konsep diri terhadap kepribadian yang kuat saat ini mengatakan *“memiliki kepribadian yang kuat serta konsep diri yang positif bagi anak muda di era sekarang ini sangat penting, dengan melihat tingginya angka kasus bunuh diri pada remaja yang dikarenakan kurangnya dukungan dari pihak lain ketika ada masalah sehingga mengakibatkan mental yang lemah dan kurang self control atau pengendalian diri dengan baik”*. Maka dari itu informan berpendapat bahwa konsep diri yang positif sangat penting dengan melakukan komunikasi interpersonal dengan lebih banyak tatap muka untuk menumbuhkann keamanan dan kenyamanan bagi diri seseorang.

## SIMPULAN dan SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat disimpulkan bahwa informan sepakat melakukan komunikasi interpersonal langsung terutama tatap muka karena akan langsung dapat melihat *feedback* atau umpan balik dari komunikasi sehingga dapat bermanfaat untuk membentuk konsep diri yang positif serta dapat mengenal orang lain seutuhnya. Didalam berkomunikasi dapat melihat reaksi spontan terhadap komunikan sehingga reaksi natural apa adanya tidak dapat ditutupi. Komunikasi interpersonal verbal dan non verbal selalu mendukung sehingga generasi Z dapat berbagi pengalaman, ketrampilan dan pengetahuannya secara serta dapat memotivasi informan untuk membuat konsep diri yang lebih positif.

### Saran

Untuk Generasi Z yang masih kurang percaya diri dalam berkomunikasi interpersonal langsung tatap muka agar selalu berlatih membuka diri kepada orang lain, dimulai dari lingkungan terdekatnya sehingga kepercayaan diri akan tumbuh dan konsep diri sermakin dapat terbentuk dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- AW Suranto. (2011). *Komunikasi Interpersonal*. Yogyakarta: PT Galia Ilmu
- Desmita. (2014). *Psikologi Perkembangan Peserta Didik*. Bandung: PT Remaja Rosdakarya
- Djamarah, Syaiful Bahri. (2014). *Pola Komunikasi Orang Tua dan Anak Dalam Keluarga*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Efendi, Onong Uchjana. (2013). *Ilmu Teori dan Filsafat Komunikasi*. Bandung: PT Citra Aditya Bakti.
- Efendi, Onong Uchjana. (2004). *Ilmu Komunikasi Teori dan Praktek*. Bandung: Remaja Rosdakarya

- Rahmat, Jalaluddin. (2007). *Psikologi Komunikasi*. Bandung: PT. Remaja Rosdakarya.
- Samsyul Bachri Thalib. (2013). *Psikologi Pendidikan Berbasis Analisis empiris Aplikatif*. Jakarta: Kencana.
- Sugiyono. (2020). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan Kombinasi (Mixed Methods)*. 2 penyunt. Bandung : ALFABETA
- Wasty Sumanto. (2012). *Psikologi Pendidikan Landasan Kerja Pemimpin Pendidikan*. Jakarta: PT Rineka Cipta.